

## Сложная адаптация к детскому саду. Как влияет мама ребенка

Когда адаптация ребенка к детскому саду затягивается, причина может быть в особенностях его эмоционального взаимодействия с матерью.

Именно с родителями могут быть связаны частые проблемы первых месяцев в детском саду, когда ребенок не хочет ходить в группу, часто болеет или не принимает воспитателя.

### 1 Ситуация

#### Ребенок не хочет ходить в детский сад.

Часто это связано с гипер опекающим поведением в семье.

Мама опекает ребенка, помогает ему в каждой мелочи, не позволяет делать то, с чем он способен справиться сам. Между ними сильная симбиотическая привязанность.

Это типичная ситуация для семей, где ребенок поздний и единственный. Когда воспитанник с такой связью приходит в детский сад – обычно в 4–5 лет, мама тревожится, и эта тревога передается ребенку.

Такие дети часто развиты интеллектуально, потому что родители занимаются с ними, но их навыки самообслуживания сформированы хуже, чем у сверстников. В незнакомой обстановке группы ребенок, который привык к гиперопеке, пугается, переживает, болезненно реагирует на разлуку.

Мама также беспокоится, старается лишний раз помочь ребенку – и этим еще больше осложняет его адаптацию. Когда мама уходит – малыш цепляется за ее одежду, плачет и говорит, что не хочет оставаться в детском саду.

#### Рекомендации

Необходимо придерживаться дома того же режима дня, что и в детском саду.

Важно учить ребенка навыкам самообслуживания. Для этого необходимо предоставить ему самостоятельность, а не стараться выполнить за него каждое элементарное действие. Постепенно вводить для ребенка обязанности, которые соответствуют его возрасту.

### 2 Ситуация

#### Ребенок начал часто болеть

Ребенок ходит в детский сад редко, проводит неделю в группе, и по три недели на больничном. В детском саду постоянно плачет, почти не ест, не спит. Каждый раз процесс адаптации запускается заново.

Мама говорит, что раньше такого не было, волнуется за здоровье малыша и переживает, что сама вынуждена часто брать больничный на работе.

Сверхчувствительность ребенка и его зависимость от тревожности мамы влияет на уровень стресса, который ребенок испытывает в период адаптации.

Когда **мама психологически не готова** к детскому саду, то ее эмоциональное напряжение передается ребенку. Стресс снижает иммунитет ребенка, который и так снижен из-за того, что в первые недели в группе дети активно обмениваются микробами.

**Второй причиной болезней** может стать бессознательная попытка ребенка «помочь» маме. Это случается, когда мама выходит после декрета на работу, но на самом деле ей этого не хочется. В этом случае частые болезни ребенка дают вторичную выгоду и ему, и ей. Ребенок на бессознательном уровне начинает понимать – если он заболеет, то не будет испытывать стресс от новой обстановки и при этом доставит маме бессознательную радость.

### **Рекомендации**

Мама необходимо осознать истинные причины частых болезней ребенка и понять неочевидные для нее вторичные выгоды.

Главное – вести себя спокойно и уверенно, транслировать ребенку необходимость ходить в детский сад.

Создать у ребенка позитивный образ детского сада с помощью положительных эмоциональных высказываний, поощрять общение со сверстниками и одобрять поделки из детского сада.

Читать ребенку тематические сказки, например, «Сказка про то, как Мурзик пошел в детский сад» М.А. Панфиловой и М.А. Самченко, «Как медвежонок Топа пошел в лесной детский сад», С. Кирсановой, «Как Оранжевый Слоненок в детский сад ходил» Ю. Рябко-Гузенко и др.

## **3 Ситуация**

### **Ребенок не принимает воспитателя**

Через неделю, после того как ребенок пришел в детский сад, воспитатель начала жаловаться на его агрессию по отношению к другим детям и громкие истерики. В истерике начинает неконтролируемо двигаться, мотать головой.

Мама и папа настаивали, что дома он так себя не ведет, а все дело в воспитателе.

Родители часто склонны искать внешние причины проблемной адаптации и не хотят видеть, что причина может быть не только в педагоге.

Когда дома доминирует опекающий стиль воспитания и родители не запрещают ребенку ничего – в незнакомой обстановке он не будет понимать границ своих действий и соотносить их с другими детьми. В группе ребенок на фоне стресса может начать проявлять агрессию и эмоциональную нестабильность.

А стресс в случае неврологического анамнеза может привести к неврозам и другим пограничным состояниям.

### **Рекомендации**

Родителям вместе с воспитателем необходимо выработать единую систему требований к ребенку дома и в группе, и в дальнейшем придерживаться ее.

Также родителям и педагогам следует придерживаться общих правил поведения при истерике: реагировать спокойно, изолировать ребенка от зрителей. Ребенок должен понять, что его поведение бесполезно, а капризы и истерики ни к чему не приведут.

Важно научить ребенка выражать свое недовольство социально приемлемым способом.

Избегать переутомления ребенка в стрессовый для него период: ограничить его участие в массовых мероприятиях, занятия на компьютере и просмотр телевизионных передач – все, что способствует эмоциональному возбуждению.

Проводить с малышом спокойные прогулки перед сном. Во время которых мама сможет откровенно поговорить с ребенком наедине, узнать о его проблемах, а свежий воздух и размеренный шаг помогут ребенку успокоиться.